La claridad es ésto

La luz que está en la claridad,
la luz que está en la oscuridad.
¿Quién, sino Tú?
Observa.

I. Hilos

1.

Un jirón de nube se disuelve en el cielo. Tú. Luego, el azul.

2.

Una gota de luz aferrada a tu piel. Te traspasa.

3.

Mezcla la quietud con el aire. Respira.

4.

Transfórmate en gacela. Luego, síguete.

5.

Nota el instante. Al espirar, suéltalo.

6.

Sonríe a tu inexistencia. Luego, descansa.

7.

Lluvia entre cielo y tierra. Y entre tus sentimientos, el espacio.

8.

En el silencio, nota las pisadas del tigre. Quédate.

9.

Frente a ti, el silencio. Devóralo.

10.

Uno y otros. En cada uno y en todos a la vez.

11.

Integra ambos lados. Toca el origen.

12.

El presente es lo fresco. Descúbrelo.

13.

Como una cebolla, capa a capa. Relájate.

14.

De las flores que arrastra el riachuelo, sé el perfume.

15.

Adentro y afuera, ¿cuál es la diferencia?

16.

De sueño en sueño; de éste al otro. Luego la ausencia.

17.

Como la gota de rocío que se evapora. Así, sin rastro.

18.

O disuélvete en el azul. Así, libérate.

19.

Céntrate en el Gozo. Permanece.

20.

Con tu verdadero rostro. Irradia.

21.

Inspira las estrellas. Al espirar, más brillantes.

II. Sendero de profunda claridad

1.

Una gota de tinta. Un arabesco y luego...

2.

Sin mover ni agarrar.
Entonces, reconocer.

3.

Palabras que retienes o dejas ir.
Y allí, lo ilusorio.

4.

Las nubes y otras circunstancias.

Como lo que hay detrás;
móvil, impermanente claridad.

5.

Ah.
El humo negro de las velas.
Luego, la corriente de aire.

6.

Las nubes negras se esfuman.
Las blancas también.

7.

Sin imágenes ni relato.
Inspirar, espirar.
Adentro, afuera.
Más allá.

8.

Como soltar los huesos.

9.

Difuminar la forma.
Difuminar la sombra.
Olvido.

10.

Sin yo, ni otro.
Entonces, encontrarnos.

11.

Noche de la mente.
Luz de todas las estrellas.
Abrazadas.

12.

Se mire o no,
la claridad es esto.
Profundizar es experiencia.

13.

Sensación espacial.
Observación.

14.

Distracción y atención.
Luego, suavidad.

15.

Consciencia, inconsciencia.
Tranquilidad.

16.

El bien y el mal.
¿Qué hay de cierto en el vacío?

17.

Simplemente estar
(donde no hay "yo").
Sin pasado ni futuro.
Lo eterno.

18.

Gotas de luz que penetran
en la no-vía.

19

Sin mirar;
sin que te miren.
Nadie.

20.

Así, hasta el fondo.
Vacuidad.

21.

O en la forma.
Hasta su dulzura.

22.

Impermanente.
Sin nada que asir
y vuelas.

23.

Como el abrazo de la luz
y el gozo.

24.

Entonces,
retornando a la quietud.
El día.

25.

Piernas cruzadas,
espalda recta.
Manos quietas.

26.

Nace, llora.
Desafía. Sufre.

27.

Hijos del placer y de la ira.
Aprende, descansa.

28.

Recuerda siempre

el pájaro de luz.

29.

Muere y olvida.
No aire.

30.

Despertando a la música.
La percusión.
¿Qué sigue?

31.

En la profunda claridad,
el amor.
Raíz sin límite.

32.

Allí, aquí,
en todas partes.

33.

Como las canciones de los marineros.
Como el llanto
de los titiriteros.

34.

Fácil. No hay lucha.
En la quietud de la no-vía.

35.

Comienza siendo nada.

36.

O estando en ello,
sin más.

37.

Entonces, lo completo.

38.

No hay palabras.
Es la tierra.

III. Quién

Sé como el árbol. Sin raíz, sin tronco,
sin ramas, sin hojas, sin fruto.
Sin sombra, sin pájaros, sin agua,
sin tierra ni paisaje.
Finalmente sin características.
Sin nombre.
Sé.
Sin ser. Sin nada.
Sin yo, sin otro.
Hasta sin mente.
Medita así.
En este ahora
que por carecer de ayer o de mañana
no tiene principio
ni fin.
Sin límites.
Como el espacio:
de repente.
¡Tan sólo la luz
de todas las estrellas!
Un punto, una línea,
un claro de luna.
Una ola, una mazorca.
Tú el viento, tú la forma.
La paciencia, el verde esmeralda,
el diamante, el árbol.
Limpio.

IV. Nacimiento del Gozo

1.

Las formas que pasaron

Recuerdo parte del sueño.
Las numerosas formas que pasaron,
¿dónde están?
Rostros que no tuvieron permanencia,
que fueron como carne reflejada en un espejo.
Las grandes avenidas soleadas,
las blancas murallas,
las nubes altas del otoño.
Luego el sueño fue cambiando.
Ventanas, bongos, el arco tenso de la inquietud.
El tembloroso ciervo de la eterna cacería.
Adentro. Muy adentro.
Y ese deseo profundo de despertar
de este sueño loco:
falta algo.
Siempre falta algo.
La poderosa identidad
de lo incompleto.
Aquí, allá, éste, aquel.
Mío, aquello, devuelto...
Todo ilusiones.
Engaños de feriantes.
En medio, el gran presentimiento:
Tú, esperándome.
Y en mi locura, la máscara de las apariencias;
la sed de más.
Dilatación, fuga, oxidación de la piel y el sueño.
Una canción más.
Un solo de trompeta.
Y te hice esperar.

Y me olvidé.
Tenía estos ojos. La mirada.
Un cuerpo. Pétalos de rosa.
¡A pocos pasos del dolor, había migajas de placer
por todas partes!
Cada día recuerdo un poco menos.
Éramos como parte de un sueño.
Sin saber que no era nadie.
De nadie.
Perdóname.
Om Namah Shivaya

2.

Como las semillas

Como las semillas de rudraksha
-lágrimas del Señor Shiva-,
imagina que una de las tuyas
fuera un universo
que se forma y se desvanece en tu mejilla.
O tu sonrisa,
dulce paraíso
que dura un breve instante
y desaparece luego
entre tus labios.
¡Cuántos seres
necesitados de compasión,
en la eterna duración de esos momentos!
¡Cuánta
la fuerza de tu amor
para protegerlos!

3.

Tú me hiciste

Tú me hiciste recorrer numerosos caminos.
Por tí, los recorrí todos,
buscándote, buscándome.

Las nubes eran altas, de hielo y arena.
Los ríos majestuosos.
Conocí ciudades, unas feroces, otras mansas.
Montañas de cuevas laberínticas.
Amigos, enemigos, cuerdos, locos.
Pellejos, hachas, aguaceros.
Los cráneos de mis cabezas abonaron la geografía.
Mis manos, desintegradas de tántas muertes,
fueron noches, troncos, espirales.
Corzos furibundos.
Mis fémures, geranios.
Pasé calor, tardes heladas;
fui mosca, pez y elote.
Tú me hiciste reconocer.
Tiempo y luz.
Tú me hiciste causa,
viento airado sobre los tejados.
Por tí fui mordisco,
ala,
gota de agua que cae
sin cesar.
Mis lágrimas.

4.

Nacimiento del gozo

Es triste la vida de quienes no aman:
se dedican a pensar, se dedican a mirar,
a envidiar, juzgar, copiar y elaborar teorías.
Pasan sus años intentando convencer a los que pueden
de que esto es así, o asá,
como para convencerse a sí mismos
de que, sí, la vida era "esto"
o mejor aún, "aquello". Da igual,
como la metralleta.
La conciencia les raspa,
la respiración los oxida.
Como en la rueda de un hamster,
una vez que activan los extremos del bien y del mal,
de lo bello y lo feo, lo justo y lo injusto,
lo puro y lo impuro, la ganancia y la pérdida,

la virtud y el pecado, el "yo" y el "otro",
ya no pueden parar.
Ya no pueden amar.
La conciencia les raspa,
la respiración los oxida.
Los nadis, cubiertos de musgo.
La mirada, cobriza.
Y sin paz, aun con ganas,
¿cómo van a poder volar?
En la rueda, en la rueda...
¡Detente! ¡Detente!
¡Despierta!
¡El gozo nace allí donde no hay palabras!

V. Pájaro de luz dorada

Sin forma, sin tiempo,
así es el pájaro de la luz dorada.
Sin ruta, sin paisaje,
todo lo envuelve en su luz dorada.
No está afuera ni adentro,
pero todo lo penetra y sostiene.
Vacío y claro, vacío y pleno,
dijeron los sabios.
En la profunda paz,
sin trinos, sin alas.
¡Es la Fuente
de la Luz Dorada!

VI. El conocimiento

1.

Quería conocer el mundo,

las grandes ciudades.
Aquellas que fueron capitales de extensos imperios.
También aquellas otras, ciudades junto al mar.
Conocer los bosques, las blancas cordilleras,
los arcedales.
Los grandes fondos marinos poblados de color y vida.
Los ríos y sus remolinos.
Los lagos suaves, claros.
Quería conocer a los seres siendo el amigo,
el aprendiz, el hijo perdido, el amante sin juicio
-que compartiera el pan, la energía de las manos,
la pócima del estar y los asombros-.
Quería soñar y soñaba en las estrellas,
y más lejos,
allí donde el silencio y la sombra se transforman
en luz, en torrente...
¡Un gran asteroide pasó frente a mí!
Y así recorrí. Caminé. Volé. Y suspendido
en las alas del viento,
comprendí que nunca hubo más camino
que el de mi propio corazón
arrobado por las nubes y los paisajes,
los truenos y las murallas.

2.

Y conocí.
Primero aprendí a acumular
-un recuerdo aquí,
una caracola allá-;
después aprendí a renunciar.
Renunciar a machetazos.
Luego aprendí
-no acumular, no renunciarlo
que era más que camino:
el vehículo de la libertad
de los grandes pájaros.
Pero todo lo que aprendí
luego lo desaprendí.
Y ni sé, ni no sé.

3.

En la exacta claridad de la no-vía,

¿cómo no vamos a encontrarnos?

VII. Meditación y Unión

Si no estamos cómodos en nuestra asana,
nuestra respiración será como un lago agitado por el viento.
La mente, inquieta, irá de un sitio a otro,
como las ondulaciones del agua.
Practicar para estar cómodos en la asana,
es nuestra meta primera.
A partir de ésta comodidad,
podremos observar y estabilizar nuestra respiración.
Una respiración tranquila es una mente tranquila.

Svātmārāma en su gran obra Haṭha Yoga Pradīpikā, enseñó:

"Así como un grano de sal se disuelve en el agua
y se convierte en uno con ella,
durante el estado de samādhi se produce
una unión similar entre mente y ātma".

No debemos olvidarnos de la perspectiva de Pantañjali

"La postura debe conducir a la estabilidad y a la comodidad".

Como enseña Ramiro Calle en su obra La meditación, para el cultivo de la atención mental, unificar la conciencia , despertar las energías y estimular el sentimiento de cosmicidad, podemos apoyarnos en el Mantra:

"Om Namah Shivaia: es el mantra para invocar-evocar-convocar a la propia naturaleza real, aquella que es como un espacio abierto y transpersonal más allá de toda actitud egocéntrica o autorreferencial. Es el mantra más repetido en la India desde la noche de los tiempos e invoca al poder nuclear o naturaleza de iluminación del maestro existente en todo ser humano. Al recitarlo, hay que interiorizarse tanto como sea posible, viajar al testigo de la mente, situarse en la raíz del pensamiento. Se puede asociar o no a la respiración, según uno prefiera. Si se asocia a la respiración, se recita una vez con cada inhalación y una vez con cada exhalación".

VIII. Samsara

1.

Tiempo de tribulaciones.
De miedo, de odios.
De codicia, ira y deseo.

Unos devoran a otros.

Tiempo y ego.
Impermanencia.
Vejez, enfermedad y muerte.

Placeres en migajas.
Aferramientos.

Y sin tregua,
los días se suceden unos a otros.
Cambio incesante.

2.

Todo será diáfano
si tenemos en nuestros corazones
la compasión
y la sabiduría de la vacuidad.

3.

Sígueme.

Ahora estamos en una pradera llena de mariposas,
poco a poco transformada en arcoiris.

Desvanecida la imagen, en la sutileza del vacío,
siente.

4.

El samsara incendiado.
Mi ego es la ceniza.

IX. Las semillas

1.

Besa el aire. Resplandece.

2.

Es tu senda. No *sigas*.

3.

Tonalidades del azul. En ellas.

4.

Entregarse. Profundizar.

5.

Dejarse ir.

6.

Tranquilidad. Un cocodrilo.

7.

El adiós. De nuevo.

8.

Lo fresco. Momento.

9.

Pasar por delante.

10.

Dejar ir.

11.

La perspectiva del sueño.

12.

Así. Ah. Transparentado.

13.

Modelos de sueños. Resquebrajados.

14.

Vacuidad y claridad.

15.

Vanidad.

16.

Confianza. En *ti*.

17.

Secreto. Como la vida de los tréboles.

18.

Frágil, como un arcoiris.

19.

Sólido, como el monte Kailash.

20.

Persistente.

21.

En apariencia. En mente.

22.

Frágil y sólido.

23.

Sin mente.

24.

Como es.

25.

¿Cómo Es?

26.

El Abrazo.

27.

No hay artificio.

28.

Es la dificultad.

29.

Como el agua.

30.

Como el que probó la miel.

31.

Disuelto como un azucarillo.

32.

¿Qué va a contar?

33.

¡No decir nada es gritarlo!

X. El aprendiz

-en clave de humor-

En una remota aldea del norte de Cachemira, todavía se ríen con una historia que ocurrió en la década de los ochenta del siglo pasado, cuando estaban de moda las cámaras que hacían fotografías "instantáneas".

Dicen que una mañana llegó a la aldea un joven alto, de casi dos metros, al que de inmediato bautizaron en el pueblo como "el gigante". Fumando como poseso recorrió la aldea preguntando nerviosamente por el guru, mientras agitaba una de esas fotos instantáneas, una imagen que parecía ser de algún amigo o familiar suyo, aunque bastante más bajo, sentado correctamente en meditación junto al maestro.

Cuando encaminaron al joven, éste mostró la fotografía al guru, diciendo:
- Es lo que necesito porque soy muy, muy nervioso.

El sabio de inmediato comprendió que, dado el tamaño de las piernas y la estructura ósea del muchacho, iba a ser imposible que meditara apoyándose en una asana tradicional, por lo que -casi empujándolo- lo sentó como pudo a su lado. Estaba claro que la postura era algo aparatosa. Sin embargo, por el propio influjo del sabio, poco a poco el aprendiz se relajó y fue entrando en una suave calma mental. Al salir de ella, el sabio le preguntó:
- ¿Qué?
A lo que el aprendiz respondió:
- Mejor, lo que se dice mejor, un poco sí. Pero también decepcionado.
- ¿En qué sentido? - Le preguntó el sabio.
Y el aprendiz respondió:
-¡Porque no me parezco en nada al de la foto!